

## В РОССИИ ЛИДИРУЮТ УСТАРЕВШИЕ И МАЛОЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

Что защитит от нежелательной беременности

По уровню использования противозачаточных средств сегодня мы не отстаем от западных стран. Просто чаще используем устаревшие и малоэффективные методы, а современные и более надежные в России распространены слабо.

В лидерах по использованию по-прежнему кондом. Качественное изделие допускает лишь 2-3% брака, к тому же защищает от передающихся половым путем инфекций (хотя и не на 100%).

Основной недостаток - дороговизна. Дешевые же презервативы ("из ларька") могут быть просроченными и вызвать кожную аллергию. А главное, они непредсказуемо рвутся.

Внутриматочные спирали все еще популярны, особенно у рожавших дам и на этом закончивших репродуктивную миссию. Спираль почти доведена до совершенства и удобна: поставила - и забыла на полгода, а то и на год. Спираль надежнее кондома, и все равно к ним есть претензии.

От внематочной беременности спираль не спасет, от инфекций тоже. Из-за инородного тела может страдать слизистая, а циклы - протекать более тяжело. Иногда спираль "усиливают" гормонами, к которым организм приспосабливается не сразу.

Контрацептивы в таблетках более популярны у молодого поколения, нежели у старшего, которое помнит, как первые пилюли вызвали страшную прибавку веса. Разработчики каждого нового препарата снижают в нем уровень гормонов. В нынешних, третьем и четвертом поколениях количество их минимально, но достаточно, чтобы "нейтрализовать" яйцеклетку. В иных гормонов нет вовсе. Точно подобранные препараты даже могут уменьшать массу тела и улучшить жировой обмен. Но они не защищают от венерических болезней и бактериальных инфекций.

Производители уверяют, что оральные контрацептивы безопасны при здоровом образе жизни и отсутствии противопоказаний, их можно пить сколь угодно долго, но нельзя пропускать прием и самостоятельно заменять один препарат другим. Тем не менее у Европейского агентства по лекарственным средствам есть данные, что таблетки последних поколений могут обладать опасным побочным эффектом - закупоривать сосуды.

Уже почти исчезнувшие из обихода диафрагмы и колпачки до сих пор считаются надежными барьерными средствами (особенно в купе со спермицидными мазями). И сами химические средства все еще пользуются спросом, вероятно, из-за несложного применения. Кроме аллергии, противопоказаний нет. И надежность несколько выше, чем у растворенной таблетки аспирина или дольки лимона, которые считаются "проверенными народными средствами".

Календарный и температурный методы - расчет дней, в которые низка вероятность зачатия. Для женщин с устоявшимся циклом метод может работать. Но организм - не швейцарские часы.

Болезненное состояние влияет и на цикл, и на вагинальную температуру.

Существует также "аварийная контрацепция". Таблетки с высоким содержанием гормонов способны обмануть женский организм и вызвать внеочередную менструацию - но с высокой вероятностью тяжелых осложнений.\*\*\*

Ссылка: [http://www.trud.ru/article/28-11-2013/1303782\\_v\\_rossii\\_lidirujut\\_ustarevshie\\_i\\_maloeffektivnye\\_metody\\_kontratseptsii.html](http://www.trud.ru/article/28-11-2013/1303782_v_rossii_lidirujut_ustarevshie_i_maloeffektivnye_metody_kontratseptsii.html)